

ABSTRAK

SEPTIAN HADI PRATAMA, NIM : 6123121053 : Pengembangan Variasi Latihan Penjaga Gawang Pada Atlet Sepak bola Tahun 2017 (Pembimbing Skripsi : YAN INDRA SIREGAR, Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan 2017

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan penjaga gawang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet penjaga gawang sekolah Sepak Bola Sinar pagi, Gumarang dan Postab tahun 2017. Model latihan yang telah dibuat terlebih dahulu di validasi 2 orang ahli di bidang olahraga dimana persentase validitasnya adalah 75% - 91%. Uji kelompok kecil melibatkan 10 orang atlet Sekolah Sepakbola Sinar Pagi dan Postab menunjukkan bahwa 6 bentuk model latihan memiliki persentase validitas 90% - 100%.

Hasil uji kelompok besar terhadap 15 orang atlet Sekolah Sepakbola Sinar Pagi, Gumarang dan Postab menunjukkan bahwa 6 model latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak digunakan. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 83 – 95% sudah memenuhi kriteria layak. Dapat disimpulkan bahwasanya keenam model latihan tersebut baik untuk meningkatkan kemampuan Penjagagawangdalam permainan sepak bola, karena hal tersebut sangat penting dalam latihan agar latihan tersebut tidak membosankan serta jadi bahan masukan bagi para pelatih di sekolah persepakbolaan.